

№ реце птур ы	Наименование блюда	Выхо д, г	Пищевые вещества			Энергет ическая ценност ь, кКал	Витамины						Минеральные вещества				
			белки , г	жиры , г	углевод ы, г		В1	В2	С	А	Е	Кальци й (мг)	Фосфо р (мг)	Магн ий (мг)	Же лез о (мг)	Цин к	Йод
	<b>Комплекс 1</b>																
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	40,00	6,23	8,41	19,75	179,61	0,05	0,47	0,11	0,62	0,22	137,20	79,00	10,90	0,60	1,32	0,00
	Каша жидкая молочная (рисовая, или манная, или из хлопьев "Геркулес")	230,00	6,85	6,59	29,33	204,01	0,01	0,02	0,19	0,03	0,00	21,63	22,88	5,09	0,07	1,10	0,00
382	Какао с молоком	200,00	4,07	3,50	17,50	117,78	0,05	0,18	1,57	0,24	0,00	152,20	124,50	21,34	0,47	0,50	0,00
	Хлеб пшеничный	20,00	1,35	0,17	10,03	47,07	0,02	0,01	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22	0,15	0,00
368	Фрукты свежие	120,00	0,50	0,50	12,80	57,70	0,04	0,01	5,00	0,00	0,33	25,00	18,30	14,16	0,50	0,48	0,00
	<b>Итого</b>	<b>610,00</b>	<b>19,00</b>	<b>19,17</b>	<b>89,41</b>	<b>606,17</b>	<b>0,18</b>	<b>0,69</b>	<b>6,87</b>	<b>0,89</b>	<b>0,77</b>	<b>340,03</b>	<b>257,68</b>	<b>54,29</b>	<b>1,86</b>	<b>3,55</b>	<b>0,00</b>
	Норма по СанПин		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03
	<b>Комплекс 2</b>																
	Овощи свежие	60,00	0,79	0,14	2,74	15,40	0,05	0,02	12,60	0,00	0,50	10,08	18,72	14,40	0,65	0,10	0,00
259	Жаркое по- домашнему	175,00	17,01	15,68	25,86	312,61	0,14	0,20	8,10	0,00	10,07	36,50	215,95	50,90	4,62	3,38	0,00
*	Фруктовый чай	200,00	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	0,04	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20	0,12	0,00
	Хлеб пшеничный	25,00	1,69	0,22	12,54	58,84	0,03	0,01	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28	0,19	0,00
	Хлеб ржаной	25,00	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,02
	Кисломолочный продукт	200,00	4,50	4,50	7,38	88,02	0,03	0,26	0,54	0,36	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	0,80	0,00
	<b>Итого</b>	<b>685,00</b>	<b>26,25</b>	<b>21,24</b>	<b>69,38</b>	<b>573,67</b>	<b>0,40</b>	<b>0,62</b>	<b>24,81</b>	<b>0,36</b>	<b>11,37</b>	<b>327,92</b>	<b>493,81</b>	<b>126,1</b>	<b>10,2</b>	<b>4,89</b>	<b>0,02</b>
	Норма по СанПин		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03